

Завтрак

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|-------------------------|---|--|
| Завтрак | | |
| 80 | Омлет натуральный <i>яйцо, молоко пастеризованное, масло сливочное, соль</i> | Калорийность (ЭЦ)-182, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-2 |
| 200 | Каша пшеничная жидкая молочная <i>молоко пастеризованное, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное</i> | Калорийность (ЭЦ)-244, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-42 |
| 180 | Какао с молоком <i>молоко пастеризованное, сахар-песок, какао-порошок</i> | Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23 |
| 30 | Хлеб пшеничный 30 гр | Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30 |
| 10 | Хлеб ржаной 10 гр | Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30 |
| 150 | Яблоки | Калорийность (ЭЦ)-31, Углеводы-7 |
| Итого за Завтрак | | Калорийность (ЭЦ)-906, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-133 |
| Итого за день | | Калорийность (ЭЦ)-906, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-133 |

Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович